

Marc Lewis (vert. Willem van Paassen): 'Memoires van een verslaafd brein' Een hersenwetenschapper onderzoekt zijn verleden als drugsverslaafde. Uitgeverij Maven Publishing, Amsterdam 2012. ISBN 9789490574789 (Verslaving/ED/1) Zie ook: <http://www.mavenpublishing.nl>

Soort boek/Ziekte/Stijl:

In dit egodocument beschrijft de Canadese hersenwetenschapper Marc Lewis zijn ervaringen met- en verslaving aan verschillende vormen van drugs. Hij schrijft over leven toe en vertelt wat ertoe geleid heeft dat hij aan drugs verslaafd raakte. Daarnaast beschrijft hij in heldere taal hoe elke drug op de hersenen werken en wat voor effecten ze hadden. Die kennis en inzichten zijn steeds verweven in de beschreven ervaringen met de drug. Uiteindelijk lukt het hem om van de drugs af te komen, maar niet zonder meer. En Marc Lewis kent zijn gevoeligheden; het blijft oppassen met pijnstillers.

Over de schrijver:

Marc Lewis woonde tot en met de tweede klas middelbare school in een voorstad van Toronto. Hij groeide op in een joods gezin met nog een broer Michael. De middelbare school maakte hij af in Tabor een internaat met een paramilitaire cultuur. Hij werd er veel gepest en gebruikte daar zijn eerste drugs en alcohol. Toen Marc deze school af had, vestigde het hele gezin zich in Berkeley, Californië en startte Marc met studeren. Hij zou de studie ontwikkelingspsychologie, zij het met tussenpozen volbrengen. De relatie van zijn ouders strandde, zijn vader was ondertussen arts geworden, en vertrok met zijn tweede vrouw naar Maleisië, waar Marc hen kwam opzoeken en opium leerde kennen. Terug thuis, maakte hij zijn studie af. Maar Marc Lewis bleef verslaafd en stal om aan zijn behoeften te kunnen voorzien. Hij werd betrapt bij een inbraak in een apotheek, was toen al zo'n 10 jaar drugsverslaafd – van alcohol en marihuana tot LSD en heroïne. Hij werd gearresteerd en wist af te kicken, kreeg een terugval, maar overwon zijn verslaving. Daarna slaagde hij er in een succesvol hersenwetenschapper te worden. Momenteel is hij professor aan de Radboud Universiteit Nijmegen en expert op het gebied van de neurowetenschappen van verslaving.

Korte Beschrijving:

In dit boek beschrijft Marc Lewis hoe het kwam dat hij als puber begon te experimenteren met drugs. Hij voelde zich eenzaam, werd gepest en merkte dat alcohol verdoofde, en later, dat andere drugs maakten dat hij geen last meer had van de pijnlijke situaties waarin hij terecht kwam. Omdat hij neurowetenschapper is, kan hij steeds binnen het verhaal duidelijk maken hoe de drug werkte, wat voor effect het had op zijn hersenen en welke psychologische en neurologische processen speelden bij het verloop van zijn verslavingen.

Na zijn middelbare school gaat hij door met experimenteren en gebruiken van allerlei soorten drugs; van alcohol en marihuana tot pillen (onder andere

methamphetamine), heroïne en opium. Steeds beschrijft hij daarbij hoe hij de drugs heeft ervaren en wat ze voor chemische effecten op zijn hersenen hadden. Hoe de werkzame stoffjes op welk deel van de hersenen inwerkten en wat zij teweeg brachten in die hersenen. Waarom drugs zo verslavend zijn, moeilijk om vanaf te blijven als je er eenmaal aan gewend bent.

We lezen ondertussen hoe hij ging studeren, wie zijn vrienden waren, hoe zijn sociale leven eruitzag, welke rol vrouwen in zijn leven gingen spelen. Hij beschrijft hoe hij, terwijl hij nog steeds gebruikte, seksueel actief werd, op reis ging naar Maleisië, trouwde, scheidde, ging stelen om aan zijn verslavingen te kunnen voldoen en tenslotte veroordeeld werd nadat hij betrapt was bij het stelen; hij was toen zo'n tien jaar verslaafd. Nadat hij veroordeeld was probeerde hij niet meer verslaafd te raken, maar dat lukte niet meteen. Toch lukte het hem om zijn leven weer zonder verslavingen op de rails te krijgen, onder andere met behulp van jarenlange inzicht gevende psychotherapie. Hij maakte carrière, schopte het tot professor in de neurowetenschappen.

Wat viel op:

Dit boek is een boek dat op een heldere manier de werking van drugs op en in de hersenen toelicht. En dan ook nog beschreven door iemand die de verslavingswereld van binnenuit kent, én ook neurowetenschapper is met kennis van verslavingen. Dat is de grote meerwaarde van dit boek: al die inzichten worden in begrijpelijke leesbare taal door de verhalen heen beschreven, maken dat je meer begrijpt van hun verslavende werking.

Citaten:

Pag. 35: 'Toch had ik naast wiskunde B, Amerikaanse geschiedenis en het periodiek systeem iets essentieels geleerd. Ik had geleerd dat mijn brein toegankelijk was, veranderlijk. Ik kon de chemie, het evenwicht ervan veranderen. Als ik m'n best deed, als ik de juiste stof vond, kon ik het van het ene naar het andere gebied stoten. Ik dacht daar niet bewust over na, maar ergens onder het oppervlak smolt dat samen, wat mijn idee over wat mogelijk was beïnvloedde. Een veiligheidsklep, een ontsnapping luik, een uitweg.'

Pag. 179: 'De orbitofrontale cortex verdeelt met het ontstaan van verslaving de wereld in tweeën: goed en niet zo goed. Het vooruitzicht van de drug, de aankondiging van dat speciale gevoel dat elke keer optreedt, de synaptische stempel waardoor je hersenen die speciale drug herkennen, dát speciale gevoel, is het tevreden gebrom van je OFC die aangaat en zich afstemt. Wauw! Gaaf! Dit wordt fantastisch!'

Pag.216: 'Ik was dol op Maleisië. De nieuwigheid van KL kende geen einde. 's Avonds liep ik de hele openluchtmarkt af, waar ik onuitsprekelijke heerlijkheden proefde, ontsnapte aan Chinese rockbands op openluchtpodia en in piepkleine restaurants in mijn dagboek schreef. En ik was smoor op drugs.'

Pag.267: Verslaafden spenderen veel tijd aan het zich gewonnen geven, maar lang niet zoveel als aan het zich níet gewonnen geven, aan volharden.'

Pag.314: 'Je zou denken dat een arrestatie, voorwaardelijke gevangenisstraf, verwijdering uit de masteropleiding en een schande die ellendig om te doorstaan en moeilijk te verbergen was-dat allemaal, plus de noodzaak helemaal opnieuw te beginnen- genoeg zou zijn om me te laten stoppen. Dat was niet zo.'

Recensie/Extra:

<http://weblog.bol.com/article/weekend-woorden>

' Van junk tot hersenwetenschapper(...) Tegenwoordig is hij werkzaam als hersenwetenschapper. Inderdaad te mooi om waar te zijn. Geen van de personages uit Trainspotting, dé junkiefilm der junkiefilms, zien wij het namelijk tot hersenwetenschapper weten te schoppen.

Dat zijn verhaal bijzonder is beseft Lewis maar al te goed. Het deed hem besluiten zijn ervaringen op papier te zetten. En hoe! Lewis schroomt niet om alle minder leuke details te beschrijven. (...) Zijn uitleg wordt nooit onduidelijk aangezien we hier te maken hebben met een ervaringsdeskundige.

Memoires van een verslaafd brein is een must voor iedereen die op wat voor manier dan ook met verslavingsproblematiek te maken heeft. Voor ieder ander is het een uitermate interessant en leesbaar boek dat inzicht geeft in verslaving en de werking van het brein. Leest als een trein!

<http://www.mavenpublishing.nl/2012/12/18/de-kruitfabriek-over-memoires-van-een-verslaafd-brein/>

<http://medischcontact.artsennet.nl/rubrieken-1/alle-rubrieken-/scoop-1/scoop-boeken/boek/129789/boek-memoires-van-een-verslaafd-brein.htm>

' Drijfveren van de junk Een heroïneroes zal zelden zo aansprekend beschreven zijn als in Memoires van een verslaafd brein van Marc Lewis. (...)Lewis neemt daarbij geen blad voor de mond. Onnavolgbare zelfdestructie en vindingrijke maar onverstandige drugstochten volgen elkaar op. Het boek biedt een verhelderende inkijk in de drijfveren van een intelligente junk. Wat dit boek zo bijzonder maakt is dat de schrijver een gerenommeerde neurowetenschapper is, met leerstoel aan de Radboud Universiteit te Nijmegen. De van oorsprong Canadese wetenschapper heeft al een jaar of twintig de drugs achter zich gelaten. Toch is zijn fascinatie niet minder geworden. Iedere smakelijk beschreven trip, roes of bedwelming wordt stevast gevolgd door een uiteenzetting over de verstoring van neurotransmitters in het brein die hierdoor optreedt.

(...) Zo begint het slot van het boek dat vrij abrupt is: in zeven pagina's transformeert de verslaafde crimineel in een professor en een family man. Dit roept veel vragen op, maar desondanks is het boek een bijzonder fraaie biografie van een verslaving. FT